

新型コロナウイルス感染症と診断された方へ

高槻市民の方は以下の内容および高槻市ホームページをご覧ください。
市民以外の方は大阪府ホームページをご覧ください。

	74歳以下	75歳以上
保健所からの連絡	原則、保健所からの電話連絡はありません。 ※ただし、医師から提出される発生届の内容により、重症化リスクが複数ある方は、連絡が入る可能性があります。	保健所から電話連絡があります。 ※感染状況により、連絡までに時間を要することがあります。
療養先	外出を控え、自宅療養をしてください。 宿泊（ホテル）療養を希望の方は、自宅待機SOS（*1）に電話でお申し込みください。	保健所が電話で状況を伺い、療養方法を決定します。
療養期間中	<p>○保健所から携帯電話にショートメールが届いたら、ご自身の健康観察や電子証明書発行のために『My HER-SYS』の登録を行い、体温・症状等の入力を行ってください。My HER-SYSの登録は任意です。（登録方法は下記手順をご覧ください）</p> <p>○体調が悪化した場合は、自宅待機SOS（*1）か保健所（Tel:072-661-9332）へお電話ください。</p>	

*1【自宅待機SOS（大阪府自宅待機者等24時間緊急サポートセンター）】
0570-055221

【高槻市ホームページ】



My HER-SYSの登録手順

※ご自身で『療養証明書』を発行する場合は、登録が必要（裏面参照）

保健所から届くショートメールに記載のURLからアクセスして登録してください。
登録方法については、ご利用ガイド（右記QRコード）をご覧ください。
登録にあたり、下記のものをご準備ください。

- ・ご自身のメールアドレス
- ・HER-SYS ID（陽性診断後1～3日後にショートメールで通知されます）
- ・ご自身で設定するパスワード（英小文字・英大文字・数字・記号のうち3つ以上を含めた8桁のパスワード）

【My HER-SYSご利用ガイド】



療養期間と解除予定日

※療養期間は、有症状者は10日間、無症状者は7日間です。
ご自身で日付を記入して療養期間等を確認してください。

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	9日目	10日目	11日目
例	8/1	8/2	8/3	8/4	8/5	8/6	8/7	8/8	8/9	8/10	8/11	8/12
【有症状】 日付を記入→	/	療養期間10日間 発症日の翌日から10日経過かつ症状軽快後72時間経過で療養解除										外出可能 /
	検体採取日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目			
【無症状】 日付を記入→	/	療養期間7日間※症状が出た場合は、症状が出た翌日から10日間							外出可能 /			

※症状が継続していて療養期間の延長が必要と思われる場合は、必ず保健所へご連絡ください。

濃厚接触者について

下記の方は、濃厚接触者になります。該当する方には、陽性者の方から連絡をしてください。

- 同居家族
- 陽性者の発症日（無症状の場合は検体採取日）の**2日前から1m以内**の距離で**マスクなしで15分以上**接触した方

【原則】

不要不急の外出自粛（自宅待機） ※症状が出てきた場合、速やかに医療機関を受診してください。

【待機期間】

陽性者の発症日（無症状の場合：検体採取日）または最終接触日（同居家族の場合：家庭内での感染対策【※】を開始した日）の遅い方を0日目として、**5日間**

【※】家庭内での感染対策

- ・マスク着用
 - ・手洗い、手指消毒
 - ・物資（タオル等）の共有を避ける
 - ・住居内の消毒（トイレや洗面所のアルコール消毒など）
 - ・陽性者が最後に入浴し、入浴後のお風呂場清掃など
- ★食事や就寝を含めて、別室で過ごし、部屋の換気を定期的に行いましょう

【濃厚接触者について】



感染対策ができない方は、陽性者の療養解除日が最終接触日となります。

同居家族の中で別の家族が発症した場合は、**改めてその発症日を0日目**と換算してください。

なお、2・3日目に薬事承認されている抗原定性検査キットで陰性確認ができた場合、3日目から解除可能です。詳細は高槻市ホームページをご覧ください。

各種証明書について

新型コロナウイルス感染症に罹患していたことを証明する書類として、各種証明書の発行が可能です。詳細は高槻市ホームページをご覧ください。

My HER-SYSを登録できる方 （みなし陽性を除く）	My HER-SYSにて『療養証明書』の発行が可能です。 （電子証明書） ※HER-SYS IDは陽性診断後1～3日後にショートメールで通知されます。
My HER-SYSを登録できない方 みなし陽性の方	右記、QRコードより申請が可能です。（紙証明書）

【各種証明書について】



紙証明書は、証明書送付までに1か月程度（感染状況により前後します）のお時間を要します。

療養期間が11日以上の方は療養終了日を記載しますので、紙証明書をご申請ください。
なお、**就業先のルールや、ご自身の判断により11日以上療養していた場合、延長した期間の証明はできません。**

陽性者及び濃厚接触者の風水害時の避難所利用について

新型コロナウイルス陽性者または濃厚接触者は、災害時に避難が必要となった場合、指定避難所等（学校や公民館）へは避難せず、保健所（TEL072-661-9330）に連絡し、その指示に従って別途開設する専用の避難所へ避難してください。